

# 原宿地域ケアフラザ活動団体

☆新規受け入れが基本的に可能な団体を掲載しています☆

## A 健康づくり

H30年4月 現在

	団体名	活動内容	活動日・時間	
1	スマイル会	ADL体操	月曜日 9時45分～10時45分	応相談
2	ひびき会	ADL体操	月曜日 11時～12時	
3	ベアローズ横浜	スポーツ吹矢	第2・第4月曜日 13時半～16時半	
4	J&K	自彊術	火曜日 10時～11時半	
5	はまプラス	はまちゃん体操	火曜日 10時～12時	
6	火曜会	健康体操	第1・第3火曜日 13時45分～15時15分	
7	さくら会	太極拳	第2・第4火曜日 13時半～16時	
8	サンテクラブ	自彊術	水曜日 10時～12時	
9	医療生協かながわ 原宿支部	セラバンド体操	水曜日 14時～16時	
10	楽々ウォーキングクラブ	ウォーキング	第1水曜ミーティング 第2木曜ウォーキング	現地集合・解散できる 方 多いときは3万歩 歩く
11	P.P.Kクラブ	自彊術	第1・第4木曜日 10時～12時	応相談
12	げんき会	ADL体操	金曜日 9時45分～10時45分	
13	こだま会	ADL体操	金曜日 11時～12時	
14	楽しくトレーニングしよう会	はまちゃん体操 脳と身体のトレーニング	第4日曜日10時～ (3月、12月は第3日曜)	申し込み不要
15	癒しのヨガ	ヨガ(呼吸法で健康維持)	第1、3火曜日 15時～16時半	お問い合わせください

\*活動日程が変更になっている場合もありますので、見学にお越しの際には事前にケアフラザまでお問い合わせ下さい。

## B歌・音楽

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	洋梢会	民謡	木曜日 13時半～16時半	
2	ひめゆり	大正琴	木曜日 13時半～16時半	
3	ドリームハーモニー	ハーモニカ	金曜日 10時～12時	施設訪問活動あり
4	竹清会	尺八	金曜日 13時半～16時半	
5	花みず木の会	コーラス	日曜日 13時半～16時半	申し込み不要
6	湘南クワイア	混声合唱	お問い合わせください	施設訪問活動あり

## Cダンス・踊り

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	花水木	手話ダンス	第2月曜日 9時半～12時	
2	盆踊り・原宿乙女の会	盆踊り	原則第2火曜日 お問い合わせください	
3	レフアフラサークル	フラダンス	金曜日 9時半～12時半	
4	桔梗会	新舞踊	土曜日(月1回) 午前中	
5	菊の会	日舞	第3金曜日 13時～16時	

## D手芸・創作

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	彩友	小筆絵	第4水曜日(原則) 13時半～15時半	
2	歩	小筆絵	第4水曜日 9時半～12時半	
3	文化刺繍とクロスの会	東京文化刺繍・クロス制作	水曜日(月1回) 10時～12時	
4	マーガレットクラブ	トールペイント	第1、3木曜日(原則) 10時～12時半	
5	秋桜会	手仕事・不用品のリサイクル 和菓子作り(年3回)	毎月第2・第4木曜日 10時～16時	
6	ちぎり絵会	ちぎり絵作品の制作・展示	第3木曜日 9時半～12時半	

\*活動日程が変更になっている場合もありますので、見学にお越しの際には事前にケアプ  
ラザまでお問い合わせ下さい。

7	ふきのとう	パッチワーク作り	第2土曜日 13時半～16時半	
8	プラム	食器の絵付け	土曜日または日曜日 10時～16時30分	準備は9時半～
9	プーさんの会	パッチワーク作り	日曜日 13時～16時半	

## E趣味・交流

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	なごみの会	認知症予防につながる料理・交流	木曜日(月に2回) 13時半～16時	
2	パソコン研究会	パソコンの練習	水曜日 9時半～12時半	
3	アロマ	アロマセラピー	毎月第2水曜日 14時半～16時半	参加随時(材料準備の為、要1週間前の連絡)
4	男子厨房倶楽部	男の料理・交流	第2木曜日 9時半～13時	現在定員一杯
5	原宿サロン	ティータイム・交流	第2木曜日 10時～16時	
6	クラブPTP	認知症予防につながる旅行・見学等の企画と実行	木曜日 13時半～16時	現在定員一杯
7	よつばの会	介護者の会	第4金曜日 13時～16時半	見学随時可
8	楽しくやろう会	毎月テーマを決め話題提供や趣味の紹介	毎月第1日曜日 10時半～13時半	
9	グループLTDM	認知症予防につながる活動企画、調査、まとめ	お問い合わせください	
10	健康友の会	認知症予防と介護保険についての勉強会	第4火曜日(原則) 13時半～15時	見学可

## F子育て支援

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	わんぱくキッズ	仲間作り・集団遊び・季節の行事の作品作り等	第3火曜日 10時～11時半	未就園児と親 予約不要
2	赤ちゃん教室・ひよこ会	親子遊び・仲間作り	毎月第3水曜日 10時～11時半	妊婦さんと第1子の0歳児と親の教室
3	遊び場しゃべり場ほっとタイム	育児相談・親子遊び	毎週金曜日 14時～16時	遊び・育児相談 予約不要
4	グランドスラム037	仲間作り・集団遊び	お問い合わせください	未就学児対象

\*活動日程が変更になっている場合もありますので、見学にお越しの際には事前にケアプラザまでお問い合わせ下さい。

5	ピーターパン	読み聞かせ	お問い合わせください 10時～12時	未就園児と親 見学可
6	ハートカズラ	読み聞かせ・季節の工作・手遊びなど	第2水曜日 10時～11時	未就園児と親 見学可
7	おひさま	リズム体操・工作・親子クッキング・本の読み聞かせ等	水曜日 14時半～16時半	就園児と小学生と親 見学可
8	716crop (ナナイロクロップ)	クラフトサークル (アルバム作り)	水曜日(月1回) 10時～12時	親と子
9	にこにこクラブ	仲間作り・集団遊び等	不定期(月2回) 13時半～16時半	未就園児と親
10	きらきらキッズ	仲間作り・集団遊び等	土曜日 9時半～12時半	未就園児と親
11	きらきらの会	親と子のつどいの会	お問い合わせください	親と子
12	Tick Tack	音遊び・手遊び	お問い合わせください	親と子

## Gボランティアグループ

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	傾聴ボランティア虹	お話を聴くボランティアです(施設、個人宅)	第4木曜日 (定例会・勉強会) 13時半～15時半	傾聴ボランティア 養成講座 受講生

## H障がいのある人の活動

	団体名	活動内容	活動日・時間	備考
1	ひだまり	障がいのある高校生以上の人を中心に、調理や工作・外出等を行います	毎月第2日曜日 10時半～14時半	知的障がいのある方と家族(家族同伴)
2	あつたまり場	心の病のある方、ご家族、地域のみなさんのフリースペースです	毎月第4月曜日 14時～16時 (出入り自由です)	家族同伴や見学のみも可 申込不要

\*活動日程が変更になっている場合もありますので、見学にお越しの際には事前にケアプラザまでお問い合わせ下さい。

\*新規受入れが基本的に可能な団体を掲載していますが、受入れを休止している場合があります。

\*このリストは随時更新されますので、現在掲載されていない団体の方も、新規受入れが可能な場合にはお知らせ下さい。